



RHNe

Réseau
Hospitalier
Neuchâtelois

Réhabilitation pulmonaire ambulatoire



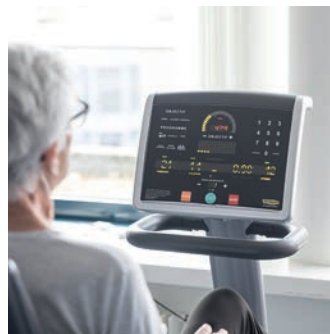
Réhabilitation pulmonaire ambulatoire

Les personnes souffrant d'une maladie respiratoire ressentent souvent un manque de souffle (dyspnée) pendant l'effort. Cet essoufflement les conduit à diminuer leur activité physique. Il en résulte une perte de force et d'endurance des muscles et une aggravation de la dyspnée.

Le Réseau hospitalier neuchâtelois propose **une prise en charge ambulatoire** des patient-e-s souffrant de troubles respiratoires.

Dans un environnement adapté et sécuritaire, nous vous proposons:

- de l'exercice physique
- un suivi par des professionnel-le-s formé-e-s
- des séances éducatives
- un-e pneumologue à disposition



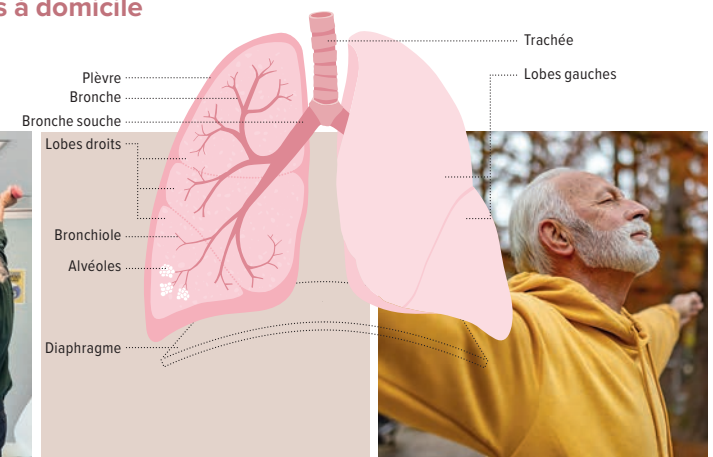
Le réentraînement à l'effort

Sur prescription médicale de 36 séances au total, **une prise en charge individualisée et intensive** de 2 séances par semaine est planifiée. Ce programme dure environ 4 mois. **Des bilans** initiaux, intermédiaires et finaux permettent d'identifier vos besoins, d'analyser vos objectifs et d'évaluer vos progrès.

L'éducation thérapeutique

Divers ateliers vous sont proposés en fonction de vos besoins:

Médicaments **Tabac**
Relaxation **Alimentation**
Oxygène
Exercices à domicile



Les objectifs

Diminuer l'essoufflement et améliorer vos capacités à l'effort
 Soulager les symptômes et vous rendre plus autonome
 Anticiper les exacerbations
 Mieux comprendre et gérer la maladie
 Changer vos habitudes et gagner en autonomie

... et ainsi améliorer votre qualité de vie!



Informations pratiques

À la recherche d'un nouveau souffle!

Si vous souhaitez avoir des informations supplémentaires sur le programme de réhabilitation pulmonaire du Réseau hospitalier neuchâtelois, n'hésitez pas à nous contacter.

Contacts

RHNe - Pourtalès

Maladière 45
2000 Neuchâtel

Tél. +41 32 713 32 10
physiotherapie@rhne.ch

Service de réhabilitation pulmonaire
Tiziana Russo, physiothérapeute référente